



Año XXV - N° 298 - Febrero 2018



# Por nuestra Salud

- ◆ Vacaciones, vacaciones!!!
- ◆ Chau termómetro de mercurio
- ◆ Planta medicinal
- ◆ Golpe de calor
- ◆ Emergencia y urgencia
- ◆ Humor de Periotti

NOVEDAD

# LO NUEVO EN CONTROL DE PESO

RAÍZ MILENARIA DE LOS ANDES: EL SECRETO MEJOR GUARDADO DE LOS INCAS



## freediet YACÓN



Evita las  
malas  
calorías



Rápida  
actividad  
saciante



freediet YACÓN

Activa el metabolismo



### BENEFICIOS TRADICIONALES DEL YACÓN

Ayuda a disminuir los niveles de azúcar (glucosa) en la sangre, por lo cual es utilizado para su control.

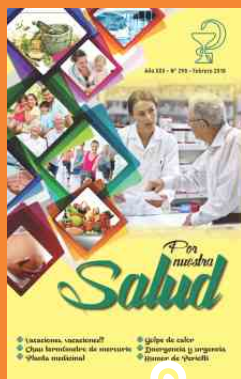


[www.provefarma.com.ar](http://www.provefarma.com.ar)

Suplementa dietas insuficientes. Consulte a su médico y/o farmacéutico.

Ingresa al  
Mundo Natural de...





AÑO XXV - N° 298  
Febrero de 2018

Propietario Colegio  
de Farmacéuticos de  
la Provincia de Santa Fe  
1° Circunscripción.  
Crespo 2837 (3000) Santa Fe

Dirección:  
Farm. Hugo I. ROBATTA

Producción y Redacción:  
Farm. Ana M. GONZÁLEZ  
Farm. Silvina FONTANA  
Farm. María Rosa PAGANI

Colaboración:  
Celia RUDI  
Adriana GITRÓN

Diseño: Ma. Victoria Acosta  
Tel: 154056987

Impresión:  
Imprenta LUX S. A.  
Hipólito Irigoyen 2463  
(3000) Santa Fe

Fuente:  
La información general  
proporcionada en los artículos  
que se mencionan en el temario,  
es extraída del Sistema  
de Información de Medicamentos  
(SIM) del Colegio de Farmacéuticos  
de la Prov. de Sta. Fe, 1° C.  
Página web: [www.colfarsfe.org.ar](http://www.colfarsfe.org.ar)  
Facebook: Colegio de  
Farmacéuticos de Santa Fe  
1ra Circunscripción

Registro de la Propiedad  
Intelectual 5334672



04 Vacaciones, vacaciones!!!



06 Chau termómetro de mercurio



09 Yerba carnífera



12 Golpe de calor



16 Emergencia y urgencia

Es una publicación del Colegio de Farmacéuticos  
de la Provincia de Santa Fe, 1° Circunscripción, producida  
por su Dpto. de Actualización Profesional (DAP) para ser distribuida en farmacias.

9 de Julio 2967 - Tel.: (0342) 455-0189 / 410-1000 - 3000 Santa Fe

**TIRADA: 35.000 EJEMPLARES**

GESTION PUBLICITARIA: 9 de Julio 2967. Tel.: (0342) 455-0189 / 410-1022

Correo electrónico: [celia.rudi@colfarsfe.org.ar](mailto:celia.rudi@colfarsfe.org.ar)

Publicación auspiciada por las Direcciones de Red de Medicamentos  
y Tecnologías Farmacéuticas, y de Promoción y Prevención de la Salud  
del Ministerio de Salud de la Provincia de Santa Fe.

El mensaje y contenido de los anuncios publicitarios no son responsabilidad del Colegio  
de Farmacéuticos de la Provincia de Santa Fe, 1° Circunscripción, a menos que así se especifique.

# Vacaciones, vacaciones!!!

Luego de sus vacaciones, Santi me contaba una y otra vez en el consultorio sobre lo bueno que lo había pasado en aquel parque tirándose del tobogán acuático. Generalmente era de poco hablar y rara vez transmitía las cosas con tanta emoción. Pero algo en él había cambiado, cada vez que contaba su experiencia de las vacaciones rebo-saba de alegría. Pensé que el hecho novedoso de tirarse del tobogán acuático podría haberle gustado mucho... pero había algo más significa-



tivo aún para que el recuerdo de esa vivencia ocupara tanto lugar y lo apasionara de ese modo: ¡sus papás y su hermanita estaban con él compartiendo ese momento! Santi contaba cómo ellos también se tiraban del tobogán y disfrutaban y reían. Esta situación de encuentro y disfrute familiar no se daba casi nunca en el año, debido a las ocupaciones de sus padres y, fundamentalmente, del papá.

**Esta situación me hizo pensar . . .**

**Me gustaría compartir con los lectores algunas inquietudes**

Los adultos pasamos el año entero en un “hacer” constante, vamos de acá para allá cumpliendo con trabajos, actividades, obligaciones. Tal vez si nos diéramos un tiempo para pensar por qué o para qué hacemos cada cosa, en muchos casos no hallaríamos respuestas que nos satisfagan. Vivimos en una sociedad y en una época en las que el “éxito” parece ser el objetivo que se impone como condición para “pertenecer”. Y el éxito va de la mano del hacer, no importa qué ni cómo... la cuestión es hacer, siempre hacer.

Y en este “tren bala de la vida moderna” subimos a los chicos; debe quedar claro que “los subimos”, no porque ellos quieren sino porque no tienen otra opción. Luego, nos asombramos de que haya tantos niños que no paran de moverse y no prestan atención a lo que les decimos, sin cuestionarnos acerca de cómo los hacemos ir y venir todo el tiempo.

Así, su año transcurre entre la escuela, danza, fútbol, idioma, patín, básquet, contraturnos escolares, consultorios profesionales, maestra particular, sin dejar tiempo y espacio para el juego, para estar “haciendo nada” y, por supuesto, ni hablar del tiempo para estar en familia, charlar o jugar con papá y mamá.



No cuestiono en sí mismas las múltiples actividades que los niños realizan, sino cuando no se tiene muy claro el por qué o para qué. Es decir, cuando el “hacer” se transforma en un objetivo en sí mismo y no en un medio o camino para que el niño esté mejor, disfrute, desarrolle su potencial o haga amigos.



**Les propongo lo siguiente:**

Que el tiempo de las vacaciones escolares sea verdaderamente un “PARE” para este “tren bala de la vida moderna”; que los chicos puedan guardar sus agendas hasta que el tren vuelva a rodar (porque los niños de hoy viven con agendas!); que el objetivo en vacaciones sea “estar” y no “hacer”, estar juntos un rato, algo más con mamá y papá, conectados pero cara a cara, escuchándonos, simplemente acompañándonos.

Para esto no es necesario irse de vacaciones a lugares paradisíacos, ni disponer de mucho tiempo. Pero sí es condición fundamental, que nazca desde el interior de nosotros mismos el deseo genuino de conectarnos, encontrarnos con los niños, esto de “cuántas ganas tengo de estar con vos”.

Un paseito en bicicleta en familia, unos ricos tererés sentaditos debajo de un árbol, un chapuzón en la pile, un partidito de fútbol cuando baja el sol, un desayuno despeinados y con el pijama puesto sin horario para vestirse... todo esto es simplemente posible.

*Para los chicos, como para Santi, el lugar más bello y soñado de las vacaciones es aquel en el que papá, mamá o los adultos que los cuidan y aman, están ahí, cien por ciento disponibles.*

**Colaboración: Lía Delgado. Psicóloga**

**URGENCIAS ODONTOLÓGICAS**

Lunes a Viernes ..... 22 a 4 hs.  
 Sábados ..... A partir de las 14 hs.  
 Domingos y Feriados ..... las 24 hs.

**Atención sin cargo para los socios del D.O.S.**

**CIRCULO ODONTOLOGICO SANTAFESINO**  
 EVA PERON (ex Catamarca) 2467 - 3000 SANTA FE

# Chau termómetro de mercurio

**El termómetro de mercurio utilizado para medir la temperatura corporal ya no se fabricará más. El mercurio que contiene es un elemento tóxico y, por lo tanto, constituye un riesgo en caso de rotura.**

El **mercurio** es una sustancia peligrosa, tiene efectos graves tanto en la salud humana como en el medioambiente. La inhalación de vapores de mercurio puede dañar el sistema nervioso, digestivo e inmunitario. Este metal recorre largas distancias en la atmósfera, permanece en el medio ambiente y se acumula en los ecosistemas por generaciones.

El termómetro es un instrumento frágil, su delgado tubo de vidrio y forma de uso pueden ocasionar que se quiebre fácilmente y se libere el mercurio que contiene.

## Qué hacer cuando se rompe un termómetro de mercurio

Si el **derrame** se produce **en la boca de un niño o adulto**, este incidente no representa un peligro grave para su salud, dado que el mercurio metálico prácticamente no se absorbe por vía oral (menos del 0,01%), y se elimina junto a las deposiciones. Sin embargo, si la persona expuesta tiene alguna lesión en el estómago o intestino (por ejemplo, úlcera), debe concurrir al médico de inmediato. En caso que se haya ingerido restos de vidrio del termómetro, con o sin mercurio, también debe consultar al médico.

Cuando el **derrame** se produce **sobre una superficie**, se debe evitar el ingreso del mercurio al organismo por la vía respiratoria; los vapores tóxicos del mercurio pueden ingresar inadvertidamente al ser inhalados ya que se desprenden a temperatura ambiente y no tienen olor ni se aprecian a simple vista. Por este motivo es que los derrames de mercurio deben ser eliminados lo antes posible, a fin de minimizar riesgos.

## Recomendaciones ante un derrame:

- ▲ Colocarse guantes de goma o látex.
- ▲ No usar aspiradoras, ni escoba; pueden esparcir los restos de mercurio a otras partes del hogar. Tampoco productos químicos para limpiar, ya que podrían desprenderse otros compuestos tóxicos.
- ▲ Contener el derrame con trapos húmedos a fin de evitar que las gotas de mercurio se dispersen y caigan por desagües o grietas.
- ▲ Mantener una ventilación natural abierta. Apagar ventiladores o sistemas de aire acondicionado. También cerrar toda fuente de calor activa en la habitación (estufas, hornallas).



- ⚠ Quitarse las alhajas de las manos (anillos, pulseras), para protegerlas, ya que el mercurio se amalgama con otros metales como el oro.
- ⚠ Si el derrame sucediera sobre alfombras, tapizados u otras superficies afines, se debe considerar el corte o remoción de la parte afectada.
- ⚠ Si hay restos de vidrio, recogerlos con cuidado, colocarlos sobre una toalla de papel e introducirlos en una bolsa hermética.
- ⚠ Localizar todas las gotas de mercurio. Utilizar un cartón y/o trapos pequeños y húmedos para juntarlas y luego recogerlas. Siempre con movimientos lentos. Es recomendable utilizar una linterna sostenida cercana al piso para ubicar las bolitas de mercurio por el brillo.
- ⚠ Recordar que el mercurio puede recorrer grandes distancias en superficies duras y lisas, por lo que se deberá inspeccionar una amplia zona alrededor del termómetro roto.
- ⚠ Usar una jeringa, gotero o cinta adhesiva para recolectar las gotas de mercurio que pudieran haber quedado en rendijas, o que sean muy pequeñas.
- ⚠ Una vez recolectado todo el mercurio, transferirlo cuidadosamente a un recipiente con tapa y parcialmente lleno de agua; colocar este recipiente en una bolsa, junto con los restos del vidrio, los guantes, el gotero utilizado, el cartón y los trapos de limpieza. Cerrarla herméticamente con cinta adhesiva y rotularla con un cartel que diga: "Peligro. Desechos de mercurio".
- ⚠ Luego de quitarse los guante, lavarse las manos con agua y jabón.

El mercurio es un contaminante ambiental, por lo tanto lo recolectado de un derrame en el ámbito domiciliario no debería tirarse por el desagüe, ni a la basura; se recomienda consultar con las autoridades locales de Medio Ambiente para que indiquen cuál es el destino más apropiado en su comunidad.

### CENTROS DE TOXICOLOGIA

Ciudad de Santa Fe

Hospital Dr. J. M. Cullen.

Av. Gdor. Freyre 2150.

Tel. (0342) 457 3357.

Hospital de Niños.

Dr. O. Alassia.

Mendoza 4151.

Tel. (0342) 450-5900

450-5964/66



Tenga a mano estos teléfonos y direcciones.



En caso de accidente toxicológico pueden resultarle de utilidad.



COLABORA EN LA MEJORA Y PRESERVACIÓN DE LA

## ESTÉTICA CORPORAL

[www.natufarma.com](http://www.natufarma.com)  
ATENCIÓN AL CONSUMIDOR:  
0800-444-LNATU (56288)

Suplementa dietas insuficientes.  
Ante cualquier duda consulte a  
su médico o farmacéutico.



## YERBA CARNICERA



Popularmente también recibe el nombre de: *carnicera, rama negra.*



Aquenio con vilano

**Nombre científico:** *Conyza bonariensis* (L.) Cronquist

### Características

Esta planta, perteneciente a la familia de las Asteráceas, es oriunda de Argentina, Uruguay y sur de Brasil. Crece en los bordes de caminos y carreteras, y se considera una maleza en los campos de cultivo.

Posee un tallo que se eleva hasta 1 m y se ramifica en grandes ramas para formar las inflorescencias. Sus hojas son alternas, alargadas y estrechas, angostamente lineares a oblanceoladas, agudas en el ápice, con algunos dientes en los márgenes y cubiertas de pelos; en general sin pecíolo evidente. Presenta numerosos capítulos florales, dispuestos en cimas corimbiformes; provistos de flores blancas y dimorfas, las marginales pistiladas (femeninas) y las del disco hermafroditas. Las brácteas del involucreo son púrpuras. Florece durante el verano y, sobre todo, en otoño. Sus frutos son aquenios con vilano de color blanco a diferencia de las otras especies en las que son amarillentos.

En medicina popular se utiliza la planta entera.

### Componentes

Los principales componentes son: ácidos fenólicos (clorogénico, cafeico), flavonoides, heterósidos cardiotónicos, taninos, alcaloides, cumarinas, aceite esencial (rico en limoneno).

### Propiedades

Popularmente se usa por sus propiedades hepatoprotectora, colerética (activa la producción de la bilis), diurética, antiinflamatoria, cicatrizante, antiséptica.



### Usos de La yerba carnicera

Existen escasas referencias acerca del uso de esta planta por los aborígenes. En la cuenca del Río de la Plata y sur de Brasil fue empleada con fines digestivos, antidiarreicos y para enfermedades venéreas.

En la actualidad se utiliza popularmente por su propiedad hepatoprotectora y en afecciones estomacales como la gastritis.

Al ser diurética y antiinflamatoria, es útil en casos de prostatitis, cistitis, uretritis.

Para su uso como digestiva o diurética, se prepara una infusión con 20 g de hierba por litro de agua. Se beben 3 tazas diarias. Para problemas digestivos se suele asociar con regaliz y genciana.

Estudios en animales mostraron que el extracto crudo de *C. bonariensis* contiene constituyentes espasmogénicos y espasmolíticos, lo que explica su uso popular en el estreñimiento y la diarrea.

En casos de hemorroides, se elabora un cocimiento con 50 g de hierba por litro de agua, se hierve durante 1 minuto. Se usa en baños de asiento o en compresas.

La yerba carnicera externamente también se emplea en casos de afecciones de la piel por sus propiedades antisépticas y cicatrizantes. Desde tiempos ancestrales, se utiliza el zumo de sus hojas frescas machacadas, para tratar las “manchas blancas” en la piel ocasionadas por el hongo de la pitiriasis versicolor.

Con la raíz se prepara un cocimiento que se bebe como refrescante.

### Precauciones

La yerba carnicera no debe administrarse durante el embarazo, la lactancia ni en niños.

Se ha reportado dermatitis de contacto por el uso externo de esta planta.

### Información de interés...

*Conyza*, del griego, significa “mosquito” y hace referencia a las especies que repelen insectos.

*Bonariensis* haría mención a la zona de influencia (Buenos Aires) de esta especie.

**Colaboración: Farm. Yenie Eichenberger**

**RECUERDE:** el uso de plantas medicinales no debe ser motivo de retraso a la consulta médica. Tampoco debe reemplazar la medicación prescrita por el médico. Cuando consulte al médico, comuníquese si está utilizando hierbas medicinales.



# Margen Azul

Pioneros en la distribución de

**PERFUMES NACIONALES e IMPORTADOS**

## VITAMINA

EAU DE TOILETTE



Nuevo Servicio On-Line de Pedidos por INTERNET  
visitenos en :

**[www.margenazul.com.ar](http://www.margenazul.com.ar)**

o llame a nuestro NUMERO GRATUITO

**0800-444-6298**

**[margenazul@gmail.com](mailto:margenazul@gmail.com)**



Viví un verano saludable  
¡Que el calor no te golpee!

**EL GOLPE DE CALOR** es el aumento de temperatura del cuerpo como consecuencia del calor excesivo. Se pierde agua y sales esenciales para el buen funcionamiento del organismo.

Los **más afectados** por las altas temperaturas son los bebés, los ancianos, las embarazadas, las personas con enfermedades crónicas (cardíacas, renales, neurológicas).

### SÍNTOMAS

NÁUSEAS  
Y VÓMITOS

MAREOS

SUDORACIÓN  
EXCESIVA

FIEBRE MAYOR  
A 39 °C

TAQUICARDIA

DOLOR  
DE CABEZA

### RECOMENDACIONES PARA PREVENIRLO...

- ★ Evitá la exposición al sol entre las 10 y 16 hs.
- ★ Si estás amamantando ofrecele el pecho más frecuentemente a tu bebé.
- ★ Bebé mucha agua, aunque no tengas sed.
- ★ Consumí alimentos frescos (frutas y verduras).
- ★ Realizó la actividad física en las primeras horas de la mañana, a la tarde cuando cae el sol o en ambientes climatizados.
- ★ Usá ropa suelta, de colores claros y livianas.
- ★ Cubrite la cabeza al estar al aire libre.
- ★ Protegé la piel con protectores solares y los ojos con lentes de sol.

EL MEJOR ANTIOXIDANTE

# ANTIOX C SQN

## ASCORBATO SÓDICO



CONTRIBUYE AL NORMAL  
FUNCIONAMIENTO DEL  
SISTEMA INMUNITARIO



CONTRIBUYE A LA  
FORMACIÓN DE COLÁGENO



POTENTE ANTIOXIDANTE



NO ÁCIDA Y DE FÁCIL  
ABSORCIÓN

[www.squadranutrition.com](http://www.squadranutrition.com)

NUTRICIÓN Y FORTALECIMIENTO CORPORAL



SQUADRA NUTRITION

[www.squadranutrition.com](http://www.squadranutrition.com)

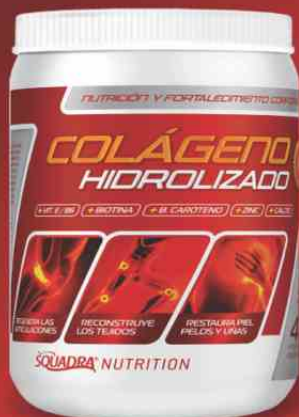


MIENTRAS MAS FUERTES SEAN TUS PRUEBAS  
MAS GRANDES SERÁN TUS VICTORIAS

FABRICAMOS PRODUCTOS DE ALTA CALIDAD  
SOMOS PARTE DE TUS OBJETIVOS

# COLÁGENO

## HIDROLIZADO



41

SERVICIOS

COMPOSICIÓN  
A BASE DE  
PROTEÍNA

95%

GRASAS

0%

- Reduce dolores articulares
- Antioxidante. Vit E / B6 B8 / B. Caroteno
- Interviene en el metabolismo muscular.
- Regenera la piel, pelos, uñas y articulaciones.
- ZINC y CALCIO para el refortalecimiento óseo.
- 1 Toma de 10gr bebibile, dosis indicada.



SQUADRA NUTRITION

[www.squadranutrition.com](http://www.squadranutrition.com)

Entretención

¿En la verdulería hicieron bien las cuentas?

Nora pagó por la banana y la frutilla \$12 y cree que le cobraron mal.

¿Cuánto debería haber pagado?

La solución en el próximo número...

$3 \text{ manzanas} = 24$   
 $1 \text{ banana} + 1 \text{ manzana} = 14$   
 $1 \text{ fresa} + 1 \text{ manzana} = 10$   
 $1 \text{ banana} + 1 \text{ fresa} = ?$

Solución a la propuesta del número anterior:



Resuelve este Acertijo

Se tienen 2 baldes de 3 y 5 litros de capacidad.

¿Cómo hacer para llenar un balde con exactamente 4 litros de agua?

RESPUESTA – JUSTIFICACIÓN

Lleno el balde de 3 litros con agua y lo vacío en el balde de 5 litros. Vuelvo a llenar el balde de 3 litros y lo vacío otra vez en el balde de 5 litros, pero como sólo caben 2 litros me queda en el balde de 3 litros, 1 litro.

Tiro el agua contenida en el balde de 5 litros y le vacío el litro de agua que quedó en el balde de 3 litros.

Lleno el balde de 3 litros y lo vacío en el balde de 5 litros que ya tenía 1 litro, completándose así los 4 litros de agua.

Humor



CIRCULO DE KINESIOLOGOS DE SANTA FE  
SARMIENTO 3964  
SANTA FE - Cp3000  
TEL: 0342-4551301  
E-MAIL: coordinacion@circulokinessf.com.ar



CIRCULO DE KINESIOLOGOS DPTO. GRAL. OBLIGADO  
PATRICIO DIEZ 1080  
RECONQUISTA - Cp3560  
TE: 03482-428284  
E-MAIL: circkines@hotmail.com

CIRCULO DE KINESIOLOGOS DPTO. CASTELLANOS  
ALMAFUERTE 78  
RAFAELA - Cp2300  
TEL: 03492-437386  
E-MAIL: kinesilogos@ciudad.com.ar



**POR INFORMACIÓN SOBRE LUGARES HABILITADOS  
(CONSULTORIO, CENTROS Y PISCINAS DE KINESIOLOGÍA),  
PROFESIONALES MATRICULADOS Y FORMADOS EN  
TERRAPIAS ESPECÍFICAS, CONSULTE AL COLEGIO Y/O  
CÍRCULOS DE KINESIÓLOGOS DE SANTA FE 1ra.  
CIRCUNSCRIPCIÓN.**



CIRCULO DE KINESIOLOGOS DPTO. LAS COLONIAS  
AUFRANC 998  
ESPERANZA - Cp3080  
TEL: 03496-411202  
E-MAIL: kinesilogoslascolonias@yahoo.com.ar



CIRCULO DE PROFESIONALES DE LA REHAB.  
DPTO. SAN MARTÍN  
SARMIENTO 1340  
SAN JORGE - Cp2450  
TEL: 03406-407600  
E-MAIL: cprsm@tec-mas.com

### COLEGIO DE KINESIÓLOGOS Y FISIOTERAPEUTAS

**"Los kinesiólogos son lo únicos profesionales matriculados y legalmente habilitados para brindarle un tratamiento adecuado."**

Auxiliares en kinesiología, esteticistas, masajistas, masoterapeutas, etc.. No son títulos reconocidos para trabajar en salud. Ante la duda consúltenos, su salud nos importa.

Ley N° 13.437 de Ejercicio de la Kinesiología

### COLEGIO DE KINESIÓLOGOS Y FISIOTERAPEUTAS

Av. Rivadavia 2553 Local 73 | CP: 3000 - Santa Fe | TEL: 0342 452-8425  
e-mail: info@kinesiologossantafe.com.ar | www.kinesiologossantafe.com.ar



# La página del pediatra



Dr. Raúl Nessier

## Emergencias, urgencias y consultas médicas

*Los términos urgencia y emergencia se utilizan generalmente como sinónimos, aunque no lo son. Por otra parte, muchos padres al solicitar “una simple consulta médica”, refieren que lo hacen porque tienen una “urgencia”. Es importante conocer el significado de cada uno de estos términos para actuar en forma adecuada.*

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), una **emergencia** es aquel caso en el que la falta de asistencia y de la aplicación de primeros auxilios puede derivar, en minutos, en la muerte de una persona. Son ejemplos: la pérdida de conciencia, las hemorragias severas, las fracturas óseas importantes, las heridas profundas, las amputaciones, el ataque al corazón (dolor de pecho severo), el paro cardíaco, la dificultad respiratoria importante, las quemaduras severas, las reacciones alérgicas severas, la electrocución, ciertos accidentes de tránsito, las caídas de altura, la asfixia por inmersión, las heridas de arma blanca o de fuego.



Una **urgencia**, según la OMS, es la aparición de repente, en cualquier momento o lugar e independiente de lo que se está haciendo, de un problema de salud de origen diverso, que nos hace tomar conciencia de la necesidad de realizar una consulta médica. El problema de salud es de evolución más lenta y no implica necesariamente la posibilidad de muerte, pero la persona debe ser asistida en un máximo de 6 horas para evitar complicaciones. Son ejemplos: la fiebre alta, los cólicos, la crisis de nervios, el dolor de oído o de garganta, los ojos rojos, el dolor de cabeza, los dolores musculares, la torcedura de tobillo.

### En resúmen, los casos de:

- **emergencia** ponen en peligro la vida;
- **urgencia** NO amenazan la vida en forma inmediata, ni hacen peligrar ningún órgano vital, aunque esto puede ocurrir en el transcurso de varias horas.

Por lo tanto, reconocer la diferencia entre “emergencia” y “urgencia” nos permitirá actuar con la rapidez que amerite el caso y pedir la ayuda correcta, es decir, la que realmente necesitamos según el problema de salud que se nos presenta.



## Además, hay que considerar que:

Los **servicios de emergencias** están capacitados para atender emergencias y urgencias.

Las **guardias** sanatoriales y hospitalarias están dotadas de equipamiento y personal capacitado para atender emergencias o solamente urgencias, dependiendo de su complejidad.

Los **consultorios médicos** solo atienden consultas y primeros auxilios, ya que en su mayoría no poseen la estructura y capacidad de atención necesarias para resolver las urgencias y emergencias.

**Ante situaciones de emergencia o urgencias, será importante tener en cuenta estos tres pasos:**

**NO ASUSTARSE Y  
MANTENER LA CALMA**

**APLICAR LOS  
PRIMEROS AUXILIOS**

**LLAMAR AL SERVICIO  
DE EMERGENCIAS  
107**

Esta página quiere estar atenta a las inquietudes del lector, por lo que lo invita a hacer preguntas o sugerir temas de su interés. Envíenos su propuesta a: [lapaginadelpediatra@hotmail.com](mailto:lapaginadelpediatra@hotmail.com)



*Hasta la próxima...*

# Genacol®

LA EVOLUCIÓN DEL COLÁGENO

EL ÚNICO QUE GARANTIZA  
**98%**  
DE ABSORCIÓN



**NUEVO  
TRATAMIENTO  
15 DÍAS.**

**REGENERA**  
CARTÍLAGOS Y  
LIGAMENTOS.

**INCREMENTA**  
LA TONICIDAD  
MUSCULAR.

**PREVIENE DOLORES**  
ARTICULARES  
Y REUMÁTICOS.

**MEJORA**  
LA CALIDAD DE LA PIEL.  
LA CALIDAD DEL SUEÑO.  
RECUPERACIÓN DESPUÉS  
DE UN ACCIDENTE.

venta  
libre en  
farmacias



# comidas y dulzuras

## Tomates rellenos

### Paso 1

Lavar 4 tomates redondos, cortarles la parte superior y ahuecarlos. Disponerlos invertidos sobre una rejilla para eliminar el líquido.



### Paso 2

Hervir 2 papas, preparar un puré y salpimentarlo. Mezclarlo con 1 lata de atún, 3 cdas. de mayonesa y 1 cdtita. de mostaza. Llevar a la heladera por ½ hora. Rellenar los tomates.



### Paso 3

Cubrir la parte superior de los tomates con mayonesa y decorar con aceitunas. Disponerlos en una fuente, sobre un colchón de lechuga cortada en juliana. Conservar en la heladera hasta servir.



BEBIDA ISOTÓNICA PARA PREPARAR

# DAYTARG

- ✓ MAYOR HIDRATACIÓN
- ✓ ANTIOXIDANTES
- ✓ MINERALES



WWW.DAYTARG.COM

# Genacol®

LA EVOLUCIÓN DEL COLÁGENO



EL ÚNICO QUE GARANTIZA  
**98%**  
DE ABSORCIÓN

  
AminoLock  
Tecnología Secuencial

  
Tecnología  
Canadiense

**NUEVO  
TRATAMIENTO  
15 DÍAS.**



**REGENERA** CARTÍLAGOS Y LIGAMENTOS.

**INCREMENTA** LA TONICIDAD MUSCULAR.

**PREVIENE  
DOLORES** ARTICULARES Y REUMATICOS.

**MEJORA** LA CALIDAD DE LA PIEL. LA CALIDAD DEL SUEÑO.  
RECUPERACIÓN DESPUÉS DE UN ACCIDENTE.

**venta  
libre en  
farmacias**



**INNOVAPHARMA**  
ARGENTINA

Av. Ejército Argentino 3495 Santo Tomé (SF)  
Tel.: (+54 342) 475 1745 | 0810 - 888 - 4362 (GENA)

 Genacol Argentina | [info@genacol.com.ar](mailto:info@genacol.com.ar)

[www.innovapharma.com.ar](http://www.innovapharma.com.ar)



Los beneficios de Salud que más necesitás

[www.dsalud.com.ar](http://www.dsalud.com.ar)

Ponete tecno!

Nuevas promociones con descuentos de hasta un 30%

Cremas corporales y protectores solares



1



Ingresá a nuestro sitio web, buscá las promociones que más te gusten y emití los bonos.

2



Confirmá la reserva para retirar el producto en tu farmacia de afinidad o en la que te quede más cómoda.

3



Podés imprimir el bono o solicitar la promoción con tu credencial directamente en el mostrador.

¡Super Promos de verano!

Disfrutá estas increíbles

OFERTAS

Seguinos en D Salud

Un producto de:

DIAS DE TURNO **Febrero 2018**



D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

Sello de la Farmacia